

ボードセイリング初心者の上達プロセスにおける阻害要因について

中川 大輔 (競技スポーツ学科 コーチングコース)
指導教員 村田 正夫

キーワード：風、メンタル、技術

1. 緒言

ボードセイリングの最大の魅力は、人工の動力を全く使わずに、二本の腕に風を感じながら滑るように水辺を走り、自然の素晴らしさを理解させてくれることである。

著者は、ボードセイリングを大学2年次から本学ならではの競技をしたいと競技を始め、同好会を立ち上げた。大学付近の琵琶湖のゲレンデと近くのボードセイリングスクールを練習の拠点とし、学生連盟主催の大会や一般参加型の大会に出場するなど積極的に活動を展開している。その一方で、同好会立ち上げ当初は、後輩育成や練習体制などうまく活動を軌道に乗せることができなかった。中でも著者が最も苦労したのが新人育成であり、現在においてもこの課題は解消されていない。

そこで、本研究はボードセイリング初心者を対象とした阻害要因についての調査を行い、今後のボードセイリング導入期における指導法の一助となることを目的とし、今後の同好会活動やボードセイリングスクールのコーチングの参考となるように還元していく。

2. 研究方法

【対象】本学の学生で、2010年度の水辺実習を履修し、ボードセイリングを選択して参加した146名とする。

【方法】①先行研究を元に作成した調査用紙を用いて、実習終了直後に配布し、アンケートを実施する。内容はメンタル面と技術面に分けて構成し、阻害要因を分析する。②水辺実習の全日程に著者が帯同し、①と同じくメンタル面と技術面を中心に観察調査を行う。

3. 結果と考察

1) メンタル的要因から見る阻害要因

メンタル面での調査の結果、風力や風向など不定期に変化をする風に影響されることについて不安や焦りが生じることが多いことがわかった。風向が予測できず、どうすればわからなくなり、手元足元を見がちになり、失敗につながっていると考えられる。

2) 技術的要因から見る阻害要因

技術面での調査の結果ではメンタル面での調査と関連があり、風向きがわからないまま動作を行ってしまい、思うようにボードの向きを変えられないといった失敗になることがわかった。さらには基本とは外れた動作をする事で力任せになり、体力消費や焦りにつながっていると考えられる。

4. 結論

本研究ではボードセイリング初心者に対してのコーチングとして①風の情報をわかりやすく伝えること②基本をしっかり定着させることが重要であることを明らかにした。これらは競技活動やコーチング現場へ還元していく。しかし、本研究では乗り手に関わることしか調査を実施していないため、今後については道具やゲレンデなどの環境面についても調査を行っていくべきだろう。

参考文献

全日本ウインドサーフィン教程 (株)メディア・マジック (1990)
Hi-Wind (株)マリン企画 (2008) No.302
2008年8月号